

मानव प्रजनन शिक्षण

धन्या के.

विद्यार्थी और शिक्षक हाई स्कूल जीवविज्ञान की पाठ्यपुस्तक में 'मानव प्रजनन' के अध्याय को करते हुए झिझक महसूस करते हैं। हम इस समस्या से कैसे निपटें? क्या इस अध्याय को यथार्थवादी बातचीत से जोड़ना मुमकिन है? हम इसे ऐसे तरीक़े से कैसे करें जो विद्यार्थियों के लिए खुला और मददगार हो?

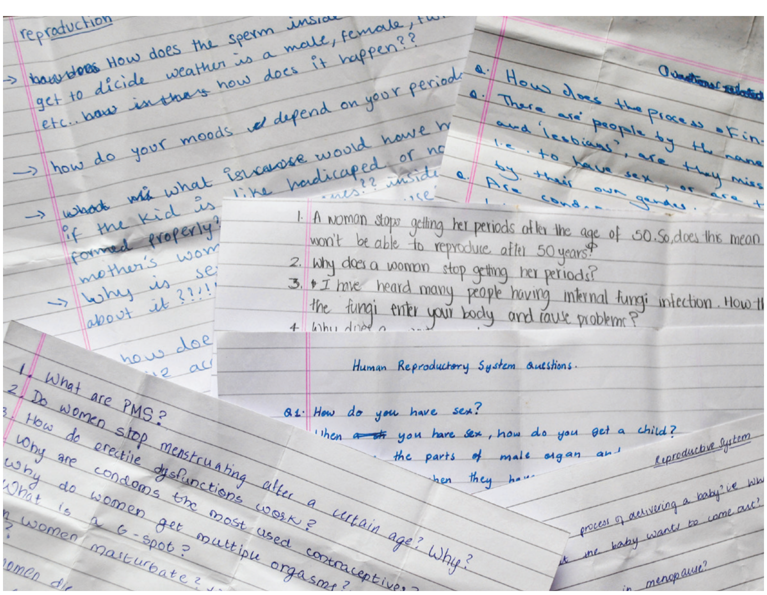
जैसे-जैसे हाई स्कूल के विद्यार्थी किशोरावस्था में क़दम रखते हैं, शरीर और सेक्स में उनकी रुचि बढ़ने लगती है। वे अपने शरीर के बारे में और अपने अन्दर हो रहे शारीरिक और भावनात्मक बदलाव के बारे में जानने को जिज्ञासु और उत्सुक हो जाते हैं। अधिकांश स्कूल पाठ्यक्रम विद्यार्थियों को सटीक जानकारी से लैस करने और उन्हें अपनी यौनिकता व यौन स्वास्थ्य के बारे में विचार करने, बारीक़ी से सोचने और अपने विचारों या सवालों को निडरता से सबके समक्ष रखने में सशक्त बनाने के महत्त्व को पहचानते हैं। लेकिन अधिकांश पाठ्यपुस्तकें जो बुनियादी जानकारी प्रदान करती हैं, वह न तो अधुनातन होती है और न ही उनमें समग्रता होती है। उदाहरण के लिए, उसमें स्खलन, लिंग के खड़े होने, प्रीमेंस्ट्रुअल सिंड्रोम (माहवारी से पूर्व के लक्षण) आदि के जीवविज्ञान के बारे में बात नहीं होती है। इंटरनेट कई विद्यार्थियों के लिए जानकारी का एक और आसान सुलभ स्रोत है। बदक़िस्मती से, हो सकता है कि वहाँ उपलब्ध सूचनाएँ अधूरी हों, पुरुष यौन अनुभव को ज़्यादा महत्त्व देती हों और सौन्दर्य व सम्भोग के अवास्तविक मानक निर्धारित कर दें। यह उनके यौन विकास और सेहत पर नकारात्मक प्रभाव डाल सकता है। आख़िर में, कई कारणों, जैसे व्यक्तिगत असुविधा, वैचारिक टकराव और शैक्षणिक बाधाओं से शिक्षकों को विद्यार्थियों से इस विषय पर खुली बातचीत करने के रास्ते तलाशने में मुश्किल हो सकती है।

हाई स्कूल विज्ञान पाठ्यक्रम में 'मानव प्रजनन' इकाई न सिर्फ़ इस प्रक्रिया के जीवविज्ञान पर चर्चा करने के लिए बल्कि सेक्स और प्रजनन से जुड़ी ज़रूरतों और मूल्यों पर अपने विचार प्रकट करने के मौक़े भी दे सकती है। यह लेख एक मॉड्यूल का वर्णन करता है जिसे मैंने मानव शरीर, युवावस्था के दौरान शारीरिक और व्यवहारगत परिवर्तनों और सम्भोग के विज्ञान के बारे में जागरूकता को बढ़ावा देने के लिए डिज़ाइन किया है। इसके अलावा, इसका उद्देश्य विद्यार्थियों को शरीर और सेक्स की अपनी समझ को सहजता से व्यक्त करने के लिए प्रोत्साहित करना भी था यानी बातचीत को सामान्य बनाना और इनसे जुड़े सही-ग़लत के फ़ैसले सुनाने, शर्म व रूढ़ छवियों के चक्र को तोड़ना। एक शिक्षक-विद्यार्थी समूह के रूप में, हमने सामाजिक मानदण्डों, सुन्दरता और रिश्तों के बारे में हमारे विचारों और मीडिया के प्रभाव पर सवाल उठाए हैं। हम अपनी अज्ञानता के बारे में भी खुले रहे हैं।

मैंने एक निजी आवासीय अँग्रेज़ी माध्यम स्कूल के कक्षा-9 के विद्यार्थियों के लगातार चार शैक्षणिक सत्रों में इस मॉड्यूल को आज़माया है। प्रत्येक सत्र में अलग-अलग जेंडर के 50-50 विद्यार्थी थे, जिन्हें दो सेक्शन में विभाजित किया गया था। हरेक बैच को ये मॉड्यूल पूरा करने के लिए 12 घण्टे दिए गए थे। यह लेख सभी चार सत्रों के विद्यार्थियों के सामान्य दृष्टिकोण और टिप्पणियों का सार प्रस्तुत करता है।

आइसब्रेकर यानी संवादहीनता को तोड़ना

आइसब्रेकर के बतौर या इस विषय पर चर्चा की शुरुआत करने के लिए मैं एक आसान तरीक़ा अपनाती हूँ। मैं ब्लैकबोर्ड पर मोटे-मोटे अक्षरों में 'मानव प्रजनन' लिख देती हूँ और विद्यार्थियों को काग़ज़ की ख़ाली शीट दे देती हूँ और कहती हूँ कि, *"मानव प्रजनन विषय को लेकर अपने कोई भी सवाल लिखें। सवालों के साथ अपना नाम देना ज़रूरी नहीं है। मैं*



चित्र-1 : आइसब्रेकर सवाल के लिए विद्यार्थियों से आई प्रतिक्रियाओं का एक कोलाज।

बॉक्स-1: विद्यार्थियों से आए सवालों के नमूने

यह 2016 से 2020 के बीच विद्यार्थियों से इकट्ठे किए गए सवालों का एक नमूना है। इनमें से कुछ सवाल, उनकी प्रतिक्रियाओं के साथ, सवालीराम वेबसाइट (https://sawaliram.org/search) पर उपलब्ध हैं।

- माहवारी तकलीफ़देह क्यों होती है?
- माहवारी को टैबू (वर्जित विषय) क्यों माना जाता है? दुकानें सेनेटरी नैपकिन के पैकेट को अख़बारों में क्यों लपेटती हैं या उन्हें काली पॉलीथीन में पैक क्यों करती हैं?
- कपड़ों के पैड या सेनेटरी नैपकिन आने से पहले महिलाएँ माहवारी के वक़्त क्या तरीक़ा अपनाती थीं?
- क्या गर्भावस्था के अलावा भी माहवारी न आने के अन्य कारण हो सकते हैं?
- कुछ को माहवारी 10 साल की उम्र में और कुछ को बाद की उम्र में क्यों शुरू होती है?
- महिलाओं में माहवारी 10-12 वर्ष की उम्र में शुरू क्यों होती है, जबकि आमतौर पर बच्चों को जन्म वे 20 की हो जाने के बाद ही देती हैं?
- महिलाओं के शरीर के अंगों को अपमानजनक शब्द क्यों माना जाता है?
- क्या लड़कियाँ बड़े लिंग (शिश्न) की ओर आकर्षित होती हैं?
- किशोरावस्था (प्यूबर्टी) के दौरान लड़कों की लम्बाई क्यों बढ़ती है और लड़कियों की क्यों नहीं?
- क्या पुरुषों में भी रजोनिवृत्ति (मेनोपॉज़) होती है और वे प्रजनन करने की क्षमता खो देते हैं?
- भारतीय टीवी सिर्फ़ महिलाओं के अंडरगारमेंट (जैसे ब्रा) को क्यों धुँधला करता है, पुरुषों के नहीं?
- क्या पहली बार सेक्स करने पर दर्द (तकलीफ़) होता है?
- लोगों को सेक्स की लत क्यों लग जाती है?
- कंडोम का निपटान कैसे करें?
- यदि कोई पुरुष और महिला असुरक्षित यौन सम्बन्ध बनाते हैं, तो क्या यह ज़रूरी है कि इसके परिणामस्वरूप निषेचन होगा?
- क्या मॉर्निंग-आफ्टर गोलियाँ (सम्भोग के अगले दिन ली जाने वाली गर्भनिरोधक गोलियाँ) हानिकारक हैं?
- प्रसव के दौरान क्या होता है?
- सी-सेक्शन क्या है?
- लोग हस्तमैथुन क्यों करते हैं और इसे वर्जित क्यों माना जाता है?
- हस्तमैथुन करने पर लोगों को क्या ख़ुशी मिलती है?
- लोग पोर्नोग्राफ़ी क्यों देखते हैं? वह क्या है जो उन्हें यह देखने के लिए मजबूर करता है?
- मनुष्य यौन आकर्षण या चाहत क्यों दिखाते हैं?
- शरीर भावनाओं और मूड स्विंग को कैसे नियंत्रित करता है?
- अन्य जीव अपना जेंडर कैसे बदलते हैं?

आपके हरेक सवाल को पढ़ूँगी। अगर मुझे जवाब पता है, तो आपको बताऊँगी। अगर मुझे जवाब नहीं पता है, तो हम एक साथ मिलकर तलाशने की कोशिश करेंगे।"

लगभग 5-10 मिनट के बाद, मैं उन्हें और प्रोत्साहित करती हूँ, *"आप जानते हैं कि यह किसी भी तरह के सवाल पूछने का एक शानदार मौक़ा हो सकता है, सवाल बड़े होने, सेक्स, पोर्नोग्राफ़ी, जेंडर, गर्भावस्था, हस्तमैथुन आदि किसी के बारे में हो सकते हैं। इंटरनेट पर लक्ष्यहीन ढंग से ब्राउज़ करने और सम्भवतया भ्रमित करने वाले जवाबों या कहीं नहीं पहुँचने की बजाय आप यहाँ उपयोगी जानकारी प्राप्त कर सकते हैं। कृपया कोई भी सवाल पूछने के लिए इस मौक़े का लाभ उठाएँ।"*

आमतौर पर, विद्यार्थी पहले हिचकिचाते हैं; चेहरे बनाते हैं, हँसते हैं और निसन्देह मुझसे कहते हैं कि उनके पास कोई सवाल नहीं है। हालाँकि, पिछले कुछ सालों में, मैंने देखा है कि पर्याप्त वक़्त दिए जाने पर (मैं इस अभ्यास के लिए 60 मिनट की एक पूरी क्लास का वक़्त देती हूँ), विद्यार्थियों से कई सवाल उभरकर आते हैं (**चित्र-1** देखें)। दरअसल, एक बार मुझे एक बैच से 260 सवाल प्राप्त हुए थे! ऐसे उदाहरण भी हैं जहाँ विद्यार्थियों ने क्लास के बाद व्यक्तिगत रूप से अतिरिक्त सवाल लिखकर दिए हैं (**बॉक्स-1** देखें)।

शुरुआत में सवालों को अलग-अलग छाँटकर करती हूँ; जैसे कि सेक्स की प्रक्रिया से सम्बन्धित सवालों पर मैं क्लास में बात नहीं करती या तो मेरी अपनी असहजता के कारण या फिर विद्यार्थियों की उम्र उपयुक्त न होने की वज़ह से। बाक़ी सवालों पर अधिक प्रभावी ढंग से चर्चा करने के लिए, मैं उन्हें श्रेणियों में बाँट लेती हूँ, जैसे कि शरीर/

बॉक्स-2 : ब्लैकबोर्ड सत्रों में पूछे गए नमूना सवाल और अपनाए गए तरीक़े

प्रश्न : जनन-ग्रन्थि (गोनेड) क्या है?

मैंने इसे प्रजनन तंत्र की शारीरिकी और कार्यिकी पर एक सवाल के रूप में लिया और इसका जवाब देने के लिए ब्लैकबोर्ड के चित्रों का इस्तेमाल किया। मैंने एक आम ग़लत धारणा को भी स्पष्ट किया कि केवल पुरुष के शरीर में जनन ग्रन्थियाँ होती हैं। इस मौक़े पर, हमने इस पॉडकास्ट के कुछ अंश भी सुने : https://www.wnycstudios.org/series/radiolab-presents-gonads.

प्रश्न : शुक्राणु का निर्माण कहाँ और कैसे होता है? सम्भोग के दौरान शुक्राणु कहाँ जाता है? शुक्राणु कोशिका कैसे जानती है कि कहाँ जाना है?

ब्लैकबोर्ड के अतिरिक्त, मैंने इन सवालों पर बातचीत करने के लिए कुछ वीडियो का भी उपयोग किया। इनमें शामिल हैं :

- मानव शुक्राणु की गति की भौतिकी पर एक वीडियो : https://www.ted.com/talks/aatish_bhatia_the_physics_of_human_sperm_vs_the_physics_of_the_sperm_whale।
- मानव शुक्राणु का एक सूक्ष्म दृश्य : https://youtu.be/JQ5RvbjWFtQ.

प्रश्न : इरेक्शन (शिश्न का खड़ा होना या लिंगोत्थान) कैसे होता है?

यहाँ, मैंने तंत्रिका तंत्र, मांसपेशियों और रक्त वाहिकाओं की संरचना और कार्यप्रणाली के बारे में बताया। चूँकि ये विषय जीवविज्ञान पाठ्यक्रम के अन्य अध्यायों के साथ ओवरलैप करते हैं, इसलिए मैं इस क्लास और ग्रेड से पहले विद्यार्थियों ने जो कुछ सीखा था, उसके साथ इसको जोड़कर बता सकी।

प्रश्न : सेक्स के बाद महिला को गर्भवती होने में कितना समय लगता है? जब आप सेक्स करते हैं तो गर्भवती होने की सम्भाविता कितनी होती है?

इस प्रकार के सवालों को माहवारी के बारे में बातचीत से जोड़ा गया था। एक वीडियो जिसका उपयोग यहाँ किया जा सकता है : https://youtu.be/ayzN5f3qN8g.

प्रश्न : कंडोम क्या हैं? वे कैसे फट जाते हैं?

गर्भ निरोधकों पर इस वीडियो को साझा करने के बाद मैंने इस सवाल पर चर्चा की : https://www.youtube.com/watch?v=Zx8zbTMTncs.

हम महिला गर्भ निरोधकों पर भी विस्तार से चर्चा करते हैं। मैं इस वीडियो को साझा करती हूँ कि महिला कंडोम मिल पाना इतना कठिन क्यों है : https://youtu.be/6XxA-4Jp7AU.

फिर, मैं यह शैक्षिक वीडियो साझा करती हूँ कि कंडोम का उपयोग कैसे करें : https://www.youtube.com/watch?v=06kT9yfj7QE।

मैं इस वीडियो के माध्यम से यौन सहमति के विषय को भी प्रस्तुत करती हूँ : https://www.youtube.com/watch?v=pZwvrxVavnQ.

प्रश्न : किशोरावस्था के दौरान लड़के क्या अनुभव करते हैं?

मैं किशोरावस्था के दौरान होने वाले कई बदलावों की चर्चा करती हूँ। यह इन परिवर्तनों और उनसे सम्बन्धित बातचीत को सामान्य बनाने में मदद कर सकता है। उदाहरण के लिए, रात के समय में होने वाले स्खलन (स्वप्न दोष) या माहवारी मासिक स्राव के बारे में खुलकर बात करने से विद्यार्थियों को शर्मिन्दगी महसूस नहीं करने और इन प्राकृतिक परिवर्तनों को सामान्य प्रक्रियाओं के रूप में स्वीकार करने में मदद मिलती है। यहाँ एक वीडियो है जो मददगार हो सकता है : https://www.youtube.com/watch?v=-XQcnO4iX_U।

यहाँ कुछ अन्य अक्सर पूछे जाने वाले सवाल हैं जिन पर मैं इन सत्रों के दौरान चर्चा करती हूँ :

प्रश्न : पीरियड के दौरान दर्द क्यों होता है?

प्रश्न : माहवारी-पूर्व लक्षण (पीएमएस) क्या हैं?

प्रश्न : यह कैसे पता चलता है कि महिला गर्भवती हो गई है?

प्रश्न : महिलाओं को रजोनिवृत्ति (मेनोपॉज़) क्यों होती है? मेनोपॉज़ के दौरान वे कभी गर्भवती क्यों नहीं होतीं?

प्रश्न : पुरुष यौन अंग संवेदनशील क्यों होता है?

प्रश्न : कौमार्य क्या है और आप इसे कैसे खोते हैं?

बॉक्स-3 : खुली चर्चाओं में सम्बोधित नमूना सवाल और अपनाए गए तरीक़े

प्रश्न : ऐसा कैसे हुआ कि सुन्दरता क्या है, इस बारे में हम सभी के विचार एक जैसे हैं?

हम 'आकर्षण का विज्ञान' सम्बन्धी यह वीडियो देखते हैं : https://www.youtube.com/watch?v=169N81xAffQ. हम सुन्दरता, बॉडी शेमिंग आदि के मौजूदा सामाजिक मानदण्डों पर भी चर्चा करते हैं। चर्चा की शुरुआत सवालों से भी की जा सकती है, जैसे : सुन्दर होने का क्या मतलब है? क्या सुन्दरता का मतलब दुबला, गोरा, मांसल होना है? क्या सुन्दर होने के लिए हमें एक निश्चित परिभाषा में फिट होना पड़ेगा? ख़ूबसूरती का पैमाना कौन तय करता है? क्या इस परिभाषा में मीडिया कोई भूमिका निभाता है? क्या हम मीडिया में जो देखते हैं, अनजाने में ख़ुद को उससे परिभाषित होने देते हैं? हम अपने शरीर के साथ सकारात्मक सम्बन्ध बनाने के लिए क्या कर सकते हैं?

प्रश्न : आप कैसे जानेंगे कि आप गर्भवती हैं? लक्षण क्या हैं?

अपनी चर्चा को आगे बढ़ाने के लिए, हम ये वीडियो देखते हैं :

- गर्भावस्था के आश्चर्यजनक प्रभाव : https://www.youtube.com/watch?v=F_ssj7-8rYg.
- गर्भावस्था पर क्रैश कोर्स वीडियो : https://www.youtube.com/watch?v=BtsSbZ85yiQ।
- गर्भावस्था परीक्षण कैसे काम करते हैं : https://ed.ted.com/lessons/howdo-pregnancy-tests-work-tien-nguyen.

प्रश्न : टेस्ट-ट्यूब बेबी (परखनली शिशु) क्या है?

इन-विट्रो फर्टिलाइजेशन (आईवीएफ – शरीर से बाहर निषेचन) पर हम यह वीडियो देखते हैं : https://ed.ted.com/lessons/how-to-make-a-baby-in-a-lab-nassimassefi-and-brian-a-levine.

प्रश्न : क्या गर्भावस्था के अलावा किसी महिला की माहवारी चूकने के और भी कारण होते हैं?

'आप माहवारी क्यों चूके' पर हम एक SciShow वीडियो देखते हैं : https://youtu.be/DT37UwFPF8c। हम माहवारी पर पोषण, व्यायाम और हार्मोन की भूमिका पर भी चर्चा करते हैं।

प्रश्न : समलैंगिकता क्या है? क्या समलैंगिक होना सामान्य है?

यहाँ मैं समझाती हूँ कि एलजीबीटीआईक्यूए (**lesbian, gay, bisexual, transgender, intersex, queer/questioning, asexual**) क्या है और बताती हूँ कि उनमें से कोई भी होना बिल्कुल सामान्य है। हम जेंडर और सम्बन्धित कानूनों को लेकर सामाजिक पूर्वाग्रहों पर भी चर्चा करते हैं।

यहाँ कुछ अन्य अक्सर पूछे जाने वाले सवाल हैं जिन पर मैं इन सत्रों के दौरान चर्चा करती हूँ :

- एचआईवी और एड्स क्या हैं?
- सेक्स कैसे आनन्द देता है?
- मैथुनोत्कर्ष (orgasm) क्या है?
- क्या 14 साल की उम्र में सेक्स करना सही है?
- क्या सेक्स तकलीफदेह है?
- जुड़वाँ कैसे बनते हैं?
- पोर्नोग्राफ़ी क्या है? क्या यह हानिकारक है?
- माँ के लिए स्वास्थ्यप्रद विकल्प कौन-सा है — ऑपरेशन या सामान्य प्रसव?
- क्या हस्तमैथुन करना महिलाओं के साथ सेक्स करने जैसा ही है? यह क्या है?
- किशोरों की सेक्स में रुचि क्यों होती है?

शरीर रचना, गर्भावस्था, सम्भोग, पोर्नोग्राफ़ी आदि। मुझे क़िताबों, इंटरनेट, साथियों (अन्य टीचरों) या चिकित्सा-कर्मियों से इन सवालों के सटीक जवाब खोजने में एक या दो हफ़्ते का वक़्त लगता है। मैं इस वक़्त का इस्तेमाल अगली क्लास के लिए मानसिक रूप से तैयार होने में भी करती हूँ। मसलन, मैं सवालों का जवाब देते समय एक पूर्वाग्रह-रहित (नॉन-जजमेंटल) स्वर और हावभाव का इस्तेमाल करने के लिए सक्रिय रूप से काम करती हूँ। मैं उन सीमाओं की भी समीक्षा करती हूँ जो मैं विद्यार्थियों के साथ निर्धारित करूँगी।

विद्यार्थियों के साथ सवालों की छानबीन करना

(क) चाक से बात करें

आमतौर पर मैं मानव शरीर रचना विज्ञान से सम्बन्धित सवालों से शुरू करती हूँ। चार्ट या पावरपॉइंट प्रेज़ेंटेशन दिखाने की बजाय, मैं ब्लैकबोर्ड पर पुरुष और महिला प्रजनन तंत्र का चित्र बनाती हूँ और विद्यार्थियों को अपनी नोटबुक में इन चित्रों को उतारने के लिए प्रोत्साहित करती हूँ। जब वे अपने चित्रों पर काम कर रहे होते हैं, तो मैं उनके व्यवहार और रवैए का अवलोकन करने के लिए क्लास में घूमती रहती हूँ। हैरानी की बात यह है कि बोर्ड पर मेरे द्वारा चित्र बनाने की शुरुआत करने पर विद्यार्थी जिस बेचैनी का एहसास करते हैं, वह जल्दी ही उनके द्वारा चित्र बनाना शुरू करने पर सहजता की भावना में बदल जाती है। यह मुमकिन है कि हाथ से चित्र बनाने से प्रजनन अंगों से जुड़े कुछ पूर्वाग्रहों को तोड़ने में मदद मिलती हो।

विद्यार्थियों द्वारा चित्र बना लेने के बाद, मैं प्रजनन तंत्र के प्रत्येक भाग का नाम लिखती हूँ, उनके नामों की उत्पत्ति बताती हूँ और समझाती हूँ कि वे अंग क्या करते हैं। इस दौरान मैं उसी स्वर और हावभाव

का इस्तेमाल करती हूँ जो मैं मानव हृदय या पत्ती की शारीरिक रचना पढ़ाते समय करती हूँ। यह तरीक़ा विद्यार्थियों को यह समझने में मदद करता है कि प्रजनन अंगों के बारे में सीखने की प्रक्रिया अन्य अंग के बारे में सीखने के समान ही है। इस पद्धति से प्रजनन तंत्र की शारीरिकी और कार्यिकी के बारे में कई सवाल सम्बोधित हो जाते हैं। क्लास के अन्त में, मैं विद्यार्थियों के वे सवाल पढ़कर भी सुनाती हूँ जिन पर उस दिन चर्चा हुई (**बॉक्स-2** देखें)।

(ख) बाहर खुले में

चॉक व बोर्ड से चर्चा करने के बाद, क्लास का अगला सेट आमतौर पर क्लास के बाहर स्कूल के खुले स्थानों में आयोजित किया जाता है, क्योंकि खुले स्थान कम प्रतिबन्धात्मक होते हैं और विद्यार्थियों के साथ बातचीत को सहज बनाते हैं। इन खुले सत्रों के दौरान, विद्यार्थी और मैं एक गोल घेरे में बैठते हैं, ताकि हम सभी एक-दूसरे को देख सकें और अपने मानवीय जुड़ाव को महसूस कर सकें। चर्चा के विषय, उसके उद्देश्य और चर्चा के दौरान उनसे अपेक्षाओं के बारे में मैं विद्यार्थियों को एक संक्षिप्त परिचयात्मक व्याख्यान देती हूँ। मैं उन्हें इस चर्चा को सामूहिक सीखने के एक अनुभव के रूप में देखने के लिए प्रोत्साहित करती हूँ, उन्हें ख़ुद को अभिव्यक्त करने के लिए स्वतंत्र महसूस करने के लिए कहती हूँ और किसी का मज़ाक बनाने या किसी के बारे में फ़ैसले करने से बचने की आवश्यकता पर बल देती हूँ।

चर्चा की शुरुआत इकट्ठे किए गए सवालों में से किसी एक को पढ़कर करती हूँ (**बॉक्स-3** देखें)।

आमतौर पर, मैं शरीर रचना आधारित सवालों के विस्तार को ही चुनती हूँ। यह इस तरह का सवाल हो सकता है, 'एक अण्डे को निषेचित करने के लिए कितनी बार सम्भोग की आवश्यकता होती है?' या 'माहवारी को खुले तौर पर चर्चा करने के लिए वर्जित विषय क्यों माना जाता है?' या 'क्या सेक्स करने पर दुखता है?' जब मैं इसे ज़ोर से पढ़ती हूँ तो विद्यार्थी आँखें मिलाने से बचते हैं और फ़र्श पर घूरने लगते हैं। सवाल को पढ़ देने के बाद, मैं घेरे में बैठे सभी विद्यार्थियों को इत्मिनान से देखती हूँ। फिर मैं विद्यार्थियों से इस तरह के सवाल पूछकर उन्हें आगे की चर्चा की लगाम अपने हाथों में लेने को प्रोत्साहित करती हूँ, *"आप इस सवाल के बारे में क्या सोचते हैं? क्या किसी को पता है कि सवाल का क्या मतलब है?"* धीरे-धीरे, विद्यार्थी खुलने लगते हैं। अन्त में, हरेक विद्यार्थी का जो सवाल मैंने ज़ोर से पढ़ा था, उसके बारे में या तो मैं आवश्यक जानकारी प्रदान करती हूँ या फिर हम मिलकर एक समूह के तौर पर निष्कर्ष निकालते हैं या अपने विचारों का सार प्रस्तुत करते हैं। यह परिचयात्मक चर्चा सत्र आमतौर पर मुझे विद्यार्थियों के विचारों की बेहतर समझ हासिल करने में मदद करता है; साथ ही सहपाठियों के प्रभाव और उनके सहजता के स्तर को मापने में मदद करता है। यह विद्यार्थियों को अपने साथियों के सामने अपने विचारों को स्पष्ट करने में अधिक आत्मविश्वासी बनने में मदद करता है। इसके बाद, मैं चर्चा को सहज बनाने के लिए लगभग इसी तरीक़े का उपयोग करते हुए अन्य सवालों पर आगे बढ़ती हूँ। सवालों का समग्र रूप से जवाब देने के लिए, हम मानव मस्तिष्क, व्यसन, मादक दवाओं, पोर्नोग्राफ़ी, मौजूदा सामाजिक वर्जनाओं, सहमति, यौन अधिकार और आनन्द जैसे कई सम्बद्ध विषयों को स्पर्श कर सकते हैं। इसके अलावा, जहाँ उपयुक्त हो, मैं छोटे वीडियो चला सकती हूँ जो विद्यार्थियों को चर्चा के दौरान उठे बिन्दुओं की बेहतर दृश्य समझ हासिल करने में मदद करते हैं।

विद्यार्थी इन चर्चाओं पर लगातार सकारात्मक प्रतिक्रिया दिखाते हैं। कई बार मुझे क्लास को समाप्त करना मुश्किल लगा क्योंकि विद्यार्थी अपनी चर्चा को अगले पीरियड में भी जारी रखना चाहते थे। हर क्लास में कुछ विद्यार्थी ऐसे होते हैं जो बेझिझक सवाल पूछते हैं और कुछ शर्मीले होते हैं जो मुझे उनके सवालों को सुनने के लिए उनके पास आने का इशारा करते हैं। कुछ ऐसे भी होते हैं जो स्पष्ट रूप से अपनी भावनाओं के साथ जूझ रहे होते हैं। जैसे-जैसे हम सवालों के साथ आगे बढ़ते हैं, विद्यार्थी अधिक-से-अधिक खुलेतौर पर बातचीत करने लगते हैं। मैंने देखा है कि बाधाओं को कम करने और पूरी क्लास की गतिशीलता को स्थापित करने में सहपाठी महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। उदाहरण के लिए, किसी सहपाठी को सवाल पूछते देखकर दूसरों को भी पूछने के लिए हौसला मिलता है। इसी तरह, किसी सहपाठी की हल्की-फुल्की टिप्पणी क्लास में तनाव को कम करती है। मैं एक टीचर के रूप में, विद्यार्थियों के सभी सवालों के प्रति तटस्थ और पूर्वाग्रह-रहित रहकर इस तरह के सहायक माहौल को और सहज बनाने की कोशिश करती हूँ। यह विश्वास का एक दायरा स्थापित करने में मदद करता है जो विद्यार्थियों को निडरता से फॉलोअप सवाल पूछने की सहजता देता है, जो सामान्य और निजी दोनों तरह के हो सकते हैं। कभी-कभी, विद्यार्थी सामुदायिक/सामाजिक मानदण्डों, बॉडी इमेज या रूढ़-छवियों के उनकी सेहत पर पड़ने वाले प्रभाव के निजी अनुभव भी साझा करते हैं। कुछ विद्यार्थी घर पर इन चर्चाओं को जारी रखते हैं क्लास में और अधिक सवालों के साथ लौटते हैं। कई बार, सवाल पूछने और चर्चाओं में भाग लेने का यह अभ्यास इस ग्रेड के बाद भी जारी रहता है। उदाहरण के लिए, इनमें से कुछ बैच के विद्यार्थी 12वीं कक्षा में फिर से उन्हीं विषयों पर चर्चा करना चाहते थे। कुछ विद्यार्थियों के वही सवाल थे जो उन्होंने कक्षा नौवीं में पूछे थे। इसलिए इस मॉड्यूल को विभिन्न शैक्षणिक स्तरों पर दोहराना मददगार हो सकता है।

(ग) अन्य फैकल्टी को बुलाना

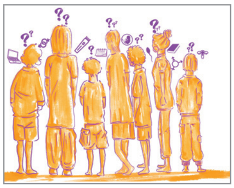
एक और दिलचस्प तरीक़ा जो मैंने अपनाया था वह था अपने स्कूल समुदाय के अन्य सदस्यों को विशिष्ट सवालों को सम्बोधित करने के लिए बुलाना। उदाहरण के लिए, एक गणित टीचर, जो नई-नई माँ बनी थीं, ने प्रसव के विभिन्न तरीक़ों और विशेष रूप से जल प्रसव के अपने अनुभव पर चर्चा की। स्कूल के डॉक्टर ने प्रजनन स्वास्थ्य पर अपनी जानकारी साझा की और मनोविज्ञान में डिग्री वाले एक टीचर ने प्रजनन के कुछ समाजशास्त्रीय और मनोवैज्ञानिक पहलुओं पर चर्चा की। प्रत्येक एक समृद्ध अनुभव था और इसने विद्यार्थियों को एक नए सन्दर्भ में अपने शिक्षकों के साथ जुड़ने का मौक़ा प्रदान किया।

चलते-चलते

सालों से, मैंने देखा है कि विद्यार्थी इस मॉड्यूल की प्रतीक्षा करते हैं, क्योंकि वे अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए उत्सुक हैं और वे चर्चा करने के मौक़े दिए जाने की तारीफ़ करते हैं। पूरे मॉड्यूल में चर्चाएँ लगातार गहन रही हैं (पहली एक या दो क्लासों को छोड़कर, जिसमें विद्यार्थी की भागीदारी प्राप्त करना सच में एक संघर्ष था)। मॉड्यूल के कुछ हिस्सों में जानकारी की अधिकता होने के बावजूद, विद्यार्थियों ने सीखने के समग्र अनुभव का आनन्द लिया। चूँकि मॉड्यूल पाठ्यक्रम में सम्बन्धित इकाइयों के सभी भागों को शामिल करता है, इसलिए यह परीक्षा-केन्द्रित नज़रिए से इकाई को पूरा करने के लिए अतिरिक्त कक्षाओं की आवश्यकता को समाप्त कर देता है।

हालाँकि इस लेख में वर्णित दृष्टिकोण किसी शिक्षक को पहली बार में चुनौतीपूर्ण लग सकते हैं, पर आख़िर में यह दरअसल एक सन्तोषदायक अनुभव हो सकता है। इस लेख में साझा किए गए संसाधन शिक्षकों को आवश्यक और सटीक जानकारी प्राप्त करने के लिए तैयार करने में मदद कर सकते हैं। हालाँकि, विषमलैंगिकता को सामान्य बताने (heteronormative), सही-ग़लत के फ़ैसले सुनाने (judgmental) और संरक्षात्मक (patronizing) रवैयों के प्रति संवेदनशील होने के लिए; समावेशी होने के लिए; और लगातार यह सुनिश्चित करने के लिए कि चर्चाएँ भय से प्रेरित न हों मानसिक रूप से तैयार होना भी ज़रूरी है। इसमें कोई सन्देह नहीं है कि यह कोई आसान काम नहीं है, ख़ासतौर से समय और पाठ्यक्रम को पूरा करने की अतिरिक्त बाधाओं के साथ। लेकिन आख़िरकार, हमें रुककर ख़ुद से पूछने की ज़रूरत है: हम क्यों पढ़ाते हैं? एक शिक्षक के रूप में हमारे मूल्य क्या हैं? विद्यार्थियों से हमारी क्या उम्मीदें हैं? क्या यह हमारी ज़िम्मेदारी नहीं है कि हम विद्यार्थियों को तर्कसंगत रूप से सोचने, मनन करने और ख़ुद को स्वतंत्र रूप से अभिव्यक्त करने में सक्षम बनाएँ?

मुख्य बिन्दु



- विद्यार्थियों की जिज्ञासा का समर्थन करने वाले माहौल का निर्माण विद्यार्थियों और शिक्षकों दोनों के लिए सीखने के अवसर प्रदान करता है।
- स्पष्ट और खुली चर्चा, जो विद्यार्थियों को विशेष रूप से संवेदनशील विषयों पर सोचना और विचार करना सिखाती है, उनके अवरोधों को दूर करने में उनकी मदद करती है।
- विद्यार्थियों के लिए सीखने का एक सुरक्षित माहौल प्रदान करने के लिए शिक्षक का पूर्वाग्रह-रहित और समावेशी होना महत्त्वपूर्ण है।

आभार : ऐसे अद्भुत सवाल पूछने के लिए मैं अपने विद्यार्थियों को, और उत्साह तथा लगातार समर्थन के लिए अपने सहयोगियों को धन्यवाद देती हूँ। विस्तृत प्रतिक्रिया और सुझावों के लिए सम्पादकों और समीक्षकों का भी मैं शुक्रिया अदा करती हूँ।

Some useful resources:

1. TARSHI. The Yellow Book: A parent's guide to sexuality education. Zubaan Publishers (2010).
2. TARSHI. The Blue Book: What you want to know about yourself. Zubaan Publishers (2013).
3. TARSHI. The Orange Book: A teachers' workbook on sexuality education. TARSHI publications (2015).
4. Campbell, N. A., Urry, L. A., Cain, M. L., Wasserman, S. A., Minorsky, P. V., & Reece, J. B. Biology: A global approach. Pearson (2018).
5. Taylor, D. J., Green, N. P. O., & Stout, G. W. Biological science. Cambridge University Press (1998).
6. EONS Collection. How sex became a thing|Eons. PBS LearningMedia (April 7, 2021). Retrieved on July 6, 2022, from *https://www.pbslearningmedia.org/resource/sex-thing-eons/sex-thing-eons/*.
7. Schilthuizen, M. The evolution of animal genitalia. YouTube (April 24, 2017). Retrieved on July 6, 2022, from https://www.youtube.com/watch?v=vcPJkz-D5II.



धन्या के. हाई स्कूल जीवविज्ञान पढ़ाती थीं। उन्होंने न्यूरोजेनेटिक्स में पीएचडी की है। उनकी रुचि है कि जीवविज्ञान सीखने में अधिक सुलभ और मज़ेदार बन सके और वे विद्यार्थियों को सक्रिय शिक्षार्थी बनने में मदद करती हैं। उनसे dhanyak2@gmail.com पर सम्पर्क किया जा सकता है।

अनुवाद : सीमा **पुनरीक्षण :** सुशील जोशी **कॉपी एडिटर :** अनुज उपाध्याय